

Liens utiles

Unité santé environnementale
Tél. : 01 49 33 62 75

Saint 
Denis

ars

Immeuble l'Européen
5/7, promenade Jean Rostand
93000 - Bobigny
Tél. 01.41.60.70.00



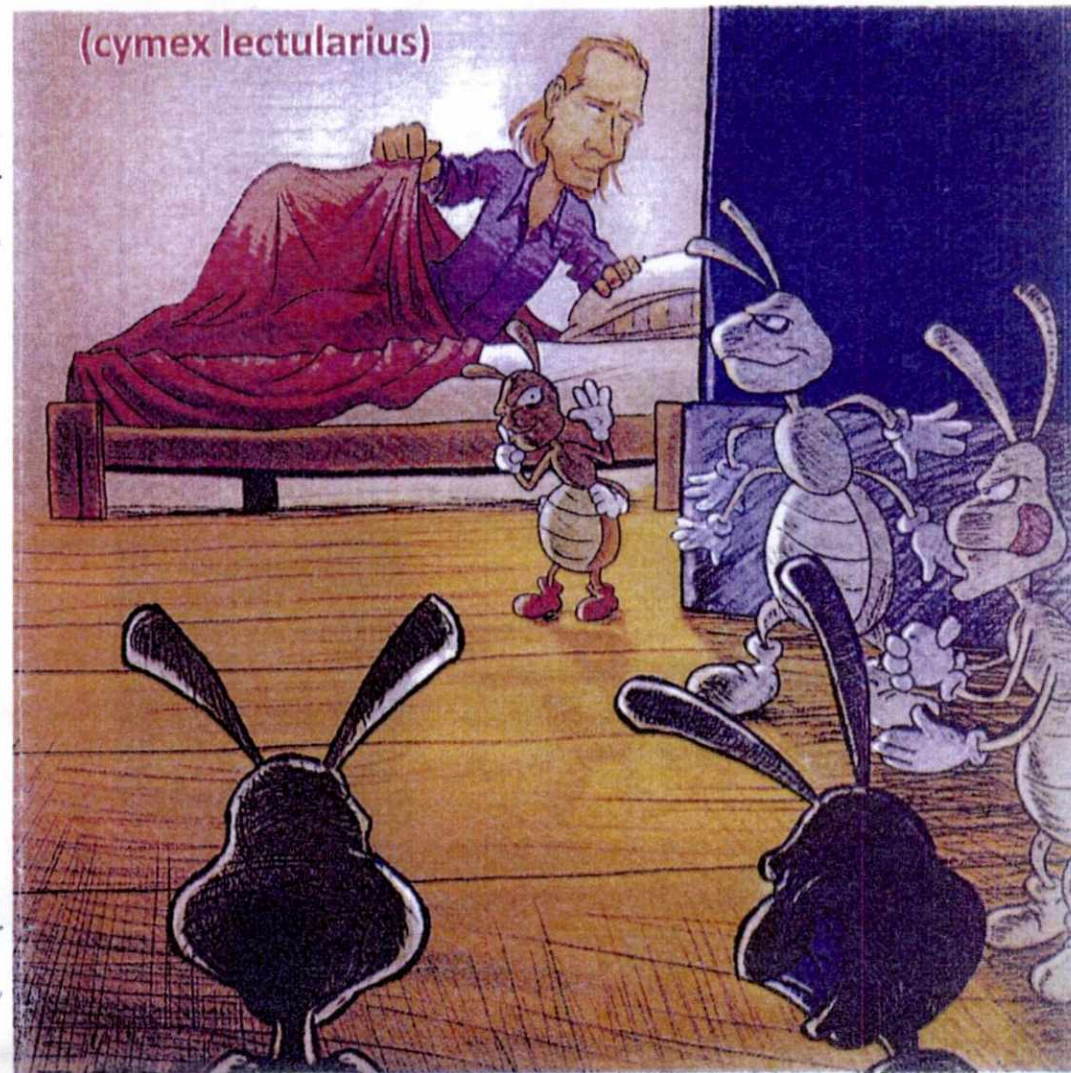
<http://www.santa.gouv.fr/punaises-de-lits.html>

<http://www.infopunaisesdelits.ca>

La ville de Saint-Denis remercie la ville de Saint-Ouen pour la réalisation de cette plaquette.

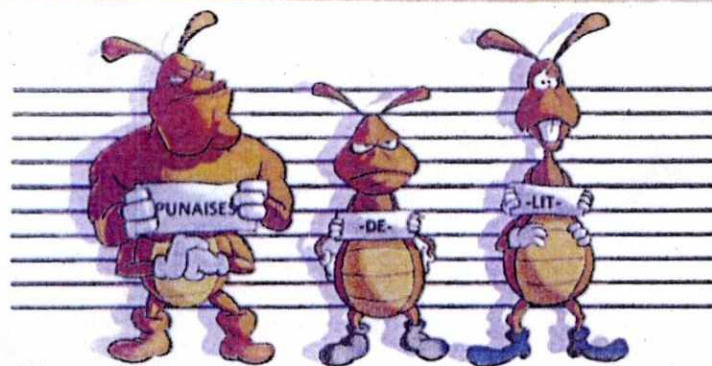
LUTTER CONTRE LES PUNAISES DE LIT

(*cymex lectularius*)



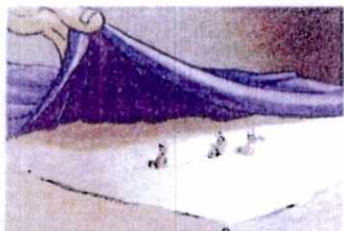
Illustrations Graphiques et Maquette
www.slamcreations.com

Carte d'identité de la punaise de lit



NOM: punaise de lit ou *Cymex lectularius*.

TAILLE: de 4 à 7 millimètres à l'âge adulte (taille d'un pépin de pomme).
Leur corps étroit leur permet de se faufiler dans des espaces très réduits.



Où les trouve-t-on ?

Dans les hôtels, salons, chambres à coucher, principalement dans les meubles, les lits et les matelas. Elles ne vivent pas sur l'homme et leur présence n'est pas un signe de manque de propreté.

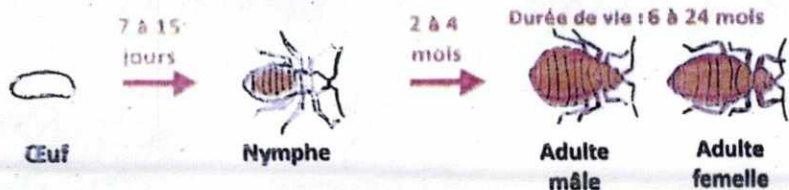
Mode opératoire :

Attirées par la chaleur, le CO₂, les vibrations, elles se nourrissent de sang humain la nuit pendant le sommeil tous les 2 à 7 jours. Les plus âgées peuvent jeuner jusqu'à un an lorsqu'elles se mettent en état de dormance.



Reproduction :

elles se reproduisent tout au long de l'année. Une femelle pond environ 5 à 15 œufs par jour, qui mettent 10 jours à éclore, 2 à 4 mois pour atteindre la taille adulte.



PREVENIR

Comment puis-je empêcher les punaises de lit de rentrer chez moi ?

Même les foyers les plus propres peuvent être concernés, mais une inspection et un nettoyage réguliers peuvent vous aider à prévenir une infestation.

Afin d'empêcher les punaises de lit de s'inviter chez vous :

- Évitez de rapporter à votre domicile des cadres de lits, matelas, sommiers, meubles rembourrés ou produits électroniques mis au rebut.
- Inspectez vos bagages et leur contenu lorsque vous revenez de voyage.



- Inspectez les meubles et les vêtements usagés avant de les acheter.
- Faites de l'ordre.
- Scellez les fissures avec un produit de calfeutrage.

- Passez l'aspirateur sur votre matelas fréquemment.



IDENTIFIER

Comment trouver des punaises de lits ?

Utilisez une lampe de poche pour trouver les punaises de lit ou leurs déjections. Vous pouvez également utiliser un pecho-cheveux, un couteau à fine lame ou une carte de jeu pour les extraire des endroits cachés et des fissures.



- ▶ Inspectez les coutures de votre matelas, l'intérieur de votre sommier, les recoins et le long de votre cadre de lit.
- ▶ Vérifiez soigneusement vos bords de lit, ainsi que les meubles et les plinthes alentours.

A quoi ressemble une piqûre de punaise de lit et comment se manifeste-t-elle ?

Certaines personnes n'ont aucune réaction. Mais, chez d'autres personnes, les piqûres peuvent prendre l'apparence de bosses accompagnées de démangeaisons.



Souvent, les piqûres de punaises de lit apparaissent en groupe de trois, et les gens appellent parfois « le petit déjeuner, le déjeuner et le dîner ». Elles disparaissent souvent d'elles-mêmes et n'exigent aucun traitement. Même si les punaises de lit et leurs piqûres sont une nuisance, elles ne propagent pas de maladies chez les humains.

Lutte mécanique

Si vous trouvez des punaises de lit, n'hésitez pas à en parler au propriétaire de votre logement, au gérant ou à votre bailleur en sachant qu'ils n'ont pas l'obligation de traiter ces insectes au même titre que les autres nuisibles (blattes, rongeurs).

Pour plus d'efficacité, le propriétaire et le locataire doivent lutter conjointement.



Attention : Il n'est pas possible de se débarrasser des punaises de lit uniquement en vaporisant des produits chimiques, il est indispensable de prendre des mesures concrètes.

Étape 1: élimination physique

- ▶ Réparer ou enlever le papier peint qui se décolle.
- ▶ Ramasser les objets qui traînent.
- ▶ Boucher les fissures des cadres de lits, des planchers, des murs et des plinthes.
- ▶ Colmater les ouvertures par où les tuyaux, fils ou autres services entrent dans votre logement.
- ▶ Resserrer les plaques des prises électriques.



- ▶ Passer tous les jours l'aspirateur sur votre matelas, votre cadre de lit, votre canapé, et tout ce qui se trouve autour. Après aspiration, jeter le sac de l'appareil dans un sachet bien scellé.
- ▶ N'abandonnez pas les objets infestés sur le papier, cela ne ferait qu'aggraver l'infestation dans les parties communes, ce qui ferait revenir les punaises dans votre logement.

Lutte chimique

Étape 2 : Élimination chimique

La préparation du logement selon l'étape 1 est préalable à la lutte chimique.

Faire appel à une **société spécialisée** (faire au moins 2 devis). Les professionnels vous expliqueront la marche à suivre (sortie du logement, précautions femmes enceintes, animaux...)



D'autres **produits chimiques** disponibles dans des magasins spécialisés peuvent être utilisés, **respecter le mode d'emploi** et éviter le contact prolongé avec ces produits.



Action de la température sur les punaises

L'effet de la température permet d'éliminer une bonne partie des punaises à tous les stades (œufs, nymphe, adulte).

Laver vos vêtements, draps, couvertures, oreillers à une température supérieure ou égale à 50°C.



Passer à la vapeur les tissus et voilages: canapés, matelas, cadres des lits.

Congeler les objets qui ne peuvent être lavés (cf tableau).

Méthode de traitement	Température et durée	Niveau de contrôle
Machine à laver (détergent non biologique)	Froid -30°C, 30 min de lavage	Ne détruit pas les œufs
	Chaud -60°C, 30 min de lavage	Détruit toutes les étapes du cycle de vie
Sèche-linge	Froid et à sec -30 min	Ne détruit pas toutes les étapes du cycle de vie
	Chaud et à sec 40 à 45°C - 30 min	Détruit toutes les étapes du cycle de vie
Laisser tremper	Eau chaude-30 min	Détruit les adultes et les nymphes
	Eau froide -24h	Détruit les adultes et les nymphes
Congélation	2h à -17°C	Détruit toutes les étapes du cycle de vie

D'après les travaux de Naylor et Briggs (2010), Université de Northumbria, Royaume-Uni.